

Vroegsignalering op internet

Suzan Oudejans*

De opsporing van en hulpverlening aan mensen met beginnende alcoholproblemen kreeg in 2005 een impuls met het Partnership Vroegsignalering Alcohol (PVA). Wat kunnen we daar, zes jaar later, van terugvinden op internet? De eigen website van het PVA (www.vroegsignaleringalcohol.nl) is een goede start voor professionals. Er is - enigszins verouderde - informatie te vinden over activiteiten en symposia, een actieplan en alle producten die het partnership tot nu toe heeft opgeleverd. Een rijtje met links leidt naar diverse (internationale) sites voor professionals, maar ook een aantal die van belang zijn voor het publiek. Deze zullen we hierna bespreken.

Informatie

De meest voor de hand liggende start zijn de websites van huisartsenpraktijken en gezondheidscentra. Veel websites hebben een onderdeel waarin algemene gezondheidsinformatie staat beschreven. Daarin wordt in de meeste gevallen

standaard gelinkt naar informatie op de website van het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG; nhg.artsennet.nl/kenniscentrum/k_voorlichting.htm). Het NHG heeft zogenaamde patiëntenbrieven en patiëntenfolders. De folders beschrijven de vijftig meest voorkomende klachten en zijn via de website van het NHG alle digitaal beschikbaar. Twee folders zijn gewijd aan middelengebruik: *Alcohol* en *Stoppen met roken*. Verder wordt er in de folders over andere aandoeningen (zoals *Gezonde voeding*, *Maagklachten* en *Slaapproblemen*) gewezen op de rol die alcoholgebruik speelt bij de ontwikkeling of instandhouding van die aandoeningen. De folder *Alcohol* verwijst naar websites van het Trimbos-instituut met tests en informatie (zoals www.drinktest.nl en www.alcoholinfo.nl). De folder *Stoppen met roken* verwijst naar de website van STIVORO (www.stivoro.nl/voor_volwassenen/stoppen_met_roken/index.aspx).

De patiëntenbrieven geven uitgebreider informatie en gaan uit van ondersteuning door de huisarts, bijvoorbeeld motiverende gespreksvoering bij het minderen van of stoppen met alcoholgebruik. Zo zijn er patiëntenbrieven over veranderen van alcoholgebruik (*Verandering over-*

* Dr. S. Oudejans is onderzoeker bij het Academisch Medisch Centrum, manager Callcenter en projectmedewerker ROM bij Arkin en mede-eigenaar van onderzoeksbureau Mark Bench, alle te Amsterdam. E-mail: s.c.oudejans@amc.uva.nl en suzan.oudejans@markbench.nl.

wegen) en ermee stoppen (Stoppen en volhouden en Stoppen). Ook hier geldt dat er in de brieven voor aandoeningen als maagklachten, depressie of hoge bloeddruk wordt gewezen op de risico's van alcoholgebruik.

De brieven en de folders zijn helder geschreven, echter de vraag is of patiënten ze makkelijk zullen vinden. De meeste huisartsensites maken gebruik van een (waarschijnlijk door het NHG aangeboden) alfabetische indeling van folders, onder het kopje 'Vijftig meest voorkomende aandoeningen' en de brieven staan alfabetisch onder 'Informatie over aandoeningen'. De brieven over alcohol staan onder de letter o voor 'omgaan met alcohol', terwijl de folder gewoon te vinden is onder de a voor 'alcohol'. Beide omschrijvingen zijn geen aandoening en hetzelfde geldt voor stoppen met roken. Het toevoegen van een zoekfunctie op trefwoord zou de brieven en folders toegankelijker maken. Zoeken op alcohol zou dan ook niet alleen de folders die daar direct over gaan naar voren halen, maar ook de informatie over andere aandoeningen waarbij op de gevaren van roken of regelmatig en overmatig alcoholgebruik gewezen wordt.

Zelftests

Een aantal websites van huisartsen bieden zelftests aan. Ook hier lijkt er een standaardrijtje beschikbaar te zijn met vijf tests, voor gewicht, kleurenblindheid, bevallingsdatum, lengte en een eventuele griep. Geen tests voor alcohol- of drugsgebruik of roken. Deze zijn echter wel beschikbaar op Netdokter.nl, een

website waarnaar veel huisartsen met een link verwijzen.¹ Deze website richt zich speciaal op jongeren van twaalf tot achttien jaar, met gezondheidsinformatie speciaal afgestemd op en vormgegeven voor deze doelgroep; waaronder een link naar Watdrinkjij.nl van het Trimbos-instituut. Deze website heeft een uitgebreide test die vraagt naar hoeveelheden, frequentie en redenen om te drinken, speciaal voor jongeren. Het aanbod door huisartsen is redelijk compleet en consistent, maar (nog) voornamelijk gericht op alcoholgebruik en roken. Daarmee hebben ze de twee belangrijkste verslavende middelen afgedekt. Informatie en test over bijvoorbeeld cannabis, ghb of cocaïne ontbreken echter helaas. Dat zou het aanbod rijker maken.

Andere initiatieven

Naast het aanbevelenswaardige lijst op de website van het PVA (www.vroegsignaleringalcohol.nl/interessante-sites) mogen onderstaande initiatieven niet onvermeld blijven.

- Grip op alcohol (www.gripopalcohol.com). Een begeleidde zelfhulpmethode voor matigen van of stoppen met overmatig alcoholgebruik met behulp van motiverende gespreksvoering, ontwikkeld door voormalig verpleegkundige Lyda Toebes (lydatoebes.wordpress.com).

¹ Het initiatief hiervoor komt van de Koninklijke Nederlandsche Maatschappij tot bevordering der Geneeskunst (KNMG).

-
- NTR: minder drinken doe het zelf (educatie.ntr.nl/minderdrinken/992955/werkt-zelfhulp). Zelfhulp-cursus van Teleac en het Trimbos-instituut.
 - De gezonde school en genotsmiddelen (www.dgsg.nl/index.php?pageid=161). Preventie-programma voor scholen, door het Trimbos-instituut.